



Februar 2026

Folkehuset Lystrup

Sønderskovhus Nyt



**CAFÉENS
MENUPLAN**
Midtersiderne
(kan tages ud)

**DET SKER I
Folkehuset
Lystrup:
KALENDER
SIDE 5**

Månedssblad for Folkehuset Lystrup

Lystrup Centervej 78

8520 Lystrup

Udgivet siden 1983

Bladet er gratis

Udkommer den første i hver måned



**Countrymusik
i Caféen
All Of Us
SIDE 9**

**Foredraget
om Digital
tryghed
SIDE 21**

**Nye el-busser
SIDE 24**

**Aarhus
Symfoniorkester
SIDE 19**

**Nyt fra
Centerrådet
SIDE 6**

**Årsmødet
SIDE 8**



Redaktionen side



Bent Rise

mobil: 29 33 72 87

mail: bentrise@icloud.com

Aage Jarl Jensen

mobil: 20 34 08 94

mail: aagejarl@gmail.com

Indlæg/stof til bladet skal være redaktionen i hænde **senest den 20. i hver måned** og kan sendes på mail til en af os, eller afleveres i postkassen i den hvide reol ved Caféen.

Du er også velkommen til at ringe til en af os.

Redaktionen tager forbehold for evt. trykfejl og fejl i navne, numre mm. Kontakt venligst redaktionen, så fejlen kan blive rettet til næste nummer.

Gør som 65 andre:

Få blade direkte i din mailboks:

Ønsker du at abonnere på bladet sender du en mail til: aagejarl@gmail.com og skriver at du ønsker at få bladet tilsendt på mail.

Du kan til enhver tid framelde dig igen.

Se også bladet her:

På Facebook: **Folkehuset Lystrup**

På Kommunens hjemmeside:

<https://folkehuse.aarhus.dk/find-dit-folkehus/8520-lystrup>



På Kommunens hjemmeside kan du finde oplysninger og arrangementer i alle Folkehusene i kommunen.



Indholdsfortegnelse

Redaktørens side	2
Kurt kommer forbi 5. februar	4
KALENDEREN: Folkehuset Lystrup	5
Nyt fra Centerrådet	6-7
Årsmøde i Caféen 25. februar	8
Countrymusik i Caféen med "All Of Us"	9
Billeder fra Nytårskoncerten den 8. januar	10-11
Nyt havebord til terrassen	12
Damefrokost 24. februar	13
Damefrokosten 25. november	14
CAFÉENS MENUPLAN	15-18
Aarhus Symfoniorkester spiller i Caféen	19
Samtalecafé i Folkehuset	20
Mødet om Digital tryghed den 14.januar	21-22
Tøj bilen kommer i Caféen	23
Nye el-busser til Folkehusene	24-25
Arrangement om hjælpemidler 17. februar	26
Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup	27-28
Kontaktpersoner i Folkehuset Lystrup	29
Nyttige oplysninger	30
Gudstjenester	31
Sang og musik på tværs / Spil whist igen / Humørklub	Bagsiden



KURT KOM FORBI



Torsdag den 5. februar kl. 14:30
Kaffe og kage i pausen
PRIS: 50,- kr.

Kurt Leth (kendt fra TV) kommer forbi

“OM KRØLLEDE TYPER, ORIGINALER OG FANTASTER”

*-De skæve eksistenser er ved at uddø, men vi elsker at møde dem.
Det gør vi her.*

Et foredrag med kærlighed, grin, varme og alvor ind imellem.

**LIVSBEKRÆFTENDE OG EN HYLDEST TIL LIVET OG FORSKELLIGHEDEN:
GODE HISTORIER FRA EN JOURNALISTS LIV.**

**Billetter kan købes i Caféen fra onsdag
den 21. januar kl. 10:00 og frem til dagen før**



KALENDEREN: Folkehuset Lystrup

DATO:	TID:	ARRANGEMENT:
05. feb	14:30	"Kurt kom forbi" (side 4) Foredrag med Kurt Leth i Caféen Kaffe og kage i pausen: Pris: 50,- kr. Billetter sælges i Caféen fra den 21. januar kl. 10:00
09. feb	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-.kr. (bagsiden)
11. feb	10:30	Gudstjeneste i lokale D, Sønderskovhus (side 31)
17. feb	12:00	Arrangement omkring hjælpemidler (side 26)
18. feb	11:00	Nærværgudstjeneste i Lystrup Kirke (side 31)
23. feb	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-.kr. (bagsiden)
25. feb	14:00	Årsmøde i Caféen (side 8) Tilmelding på opslagstavlen senest 23. februar
24. feb	13:00	Damefrokost i Caféen (side 13) Spisning og hygge (Kartoffeltærte m.bacon, tatarsovs og grøn Salat. Kaffe og Fastelavnsbolle) Pris: 90,- kr. Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Betales kontant ved fremmøde
25. feb	14:00	Årsmøde i Folkehuset (side 8)
26. feb	13:00	Herrefrokost i Folkehuset Spisning og hygge Pris: 90,- kr. Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Betales kontant ved fremmøde
04. mar	10:00	Samtale Café i lokale C (side 20)
04. mar	10-13:00	Tøj bilen kommer i Caféen (side 23)
04. mar	10:30	Forårssang i dagligstuen i Skovhuset (side 31)
09. mar	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-.kr. (bagsiden)
11. mar	15:00	Århus symfoniorkester spiller i Caféen (side 19) GRATIS ADGAND! Tilmelding på tavlen ved Caféen (der er kun plads til 60 gæster, så først til mølle) Diverse drikkevarer kan købes i baren.
12. mar	18:00	"All Of Us" spiller countrymusik i Caféen (side 9) Aften menu: Sønderskovhus gryde med mos og tilbehør. Kaffe og kage i pausen: Pris: 150,- kr. Billetter sælges i Caféen fra den 25. februar kl. 10:00



Nyt fra Centerrådet

Referat fra centerrådsmøde den 6. januar 2026

Deltagere: Marianne, Trine, Frank, Lars og Hans

Referent: Hans

1. Godkendelse af dagsorden

Dagsordenen blev godkendt uden bemærkninger.

2. Godkendelse af sidste referat

Sidste referat blev godkendt med følgende bemærkninger: Slægtsforskningsgruppen starter 21. januar; tiden vil vise, om det bliver en succes. Digital sikkerheds mødet er fuldt booket. Frivilligkorpset laver udstilling af hjælpemidler i caféen den 17. februar; det er kun en udstilling, der kan ses, ikke købes. Ferniseringen den 15. december var en succes med ca. 20 deltagere. Der er møde med Simon fra biblioteket den 14. januar om samtalecafé.

3. Årsmøde

Årsmødet afholdes den 25. februar. Tilmeldingsskema er opslået på tavlen.

4. Julemarked

Julemarkedet var en stor succes med mange besøgende. Det gentages den 21/11 - 2026.

5. Nyt fra Trine/Marianne

Der er ansat en ny projektleder på Nordea-projektet. Århus Ejendomme arbejder med at ensrette serviceniveauet i alle deres afdelinger.



Nyt fra Centerrådet

Der oprettes demenstræning her i huset, hver onsdag og fredag typisk for 5-8 personer i deres tidlige demens forløb. Den 20. januar afholdes fællesmøde for alle centerrådsformænd i Trige. Lars undersøger inden 1. marts, om nogle fra +65 møderne ønsker at starte en kreativ gruppe. Den kreative gruppe i Skødstrup er populær. Frank har fået afslag på en ansøgning fra §18, og sender en kopi af afslaget til Marianne. Kvikpuljen åbner den 1. marts og kan søges, indtil midlerne er brugt. Der er også mulighed for at søge Veluxfonden for visse projekter.

6. Regnskab 2025

Regnskabet for 2025 er færdigt og skal sendes til kommunen inden den 15. januar.

7. Nyt omkring terrassen

Lars har fået Trine til at bidrage med et ekstra bord og 6 stole til terrassen ved lokalerne B og C.

8. Er alt som det skal være i Folkehuset?

Der blev talt om nødkald på toiletterne; det er ikke almindeligt i folkehuse, at toiletterne har nødkald. Kun et gelænder på hvert toilet er ikke optimalt.

9 Nye busser

Ny bus kommer d 8 januar, chaufførerne skal herefter have undervisning i betjeningen.

10. Evt.

Ingen punkter.

ÅRSMØDE

25. februar kl. 14:00

Mødet foregår i Caféen

Samtlige folkehuse i Aarhus skal afholde et årsmøde, det gælder også Folkehuset Lystrup.

Det er Centerrådet som har pligt til at indkalde til mødet mindst en gang om året.

I forbindelse med indkaldelsen skal Centerrådet informere om den daglige drift.

Centerrådet består i Folkehuset Lystrup af tre personer. Formand, kasserer samt et menig medlem.

Disse personer skal på bedste vis lede og vejlede de forskellige aktiviteter som folkehuset Lystrup summer af.

Økonomi er en stor del af Centerrådets opgaver. Vi får hvert år 22.000 kroner af kommunen. Dette beløb skal gå til fremme af brugere, som har deres daglige gang på Folkehuset Lystrup. Vi har regnskabspligt over for Aarhus Kommune. Inden vi får beløbet, skal der indsendes et regnskab.

Sundhed og omsorg er en vision for alle folkehuse.

Folk i lokalområdet forbinder folkehuset som et åbent og synligt arrangement. De personer som kommer i huset, unge som ældre skal føle sig velkommen i Folkehuset Lystrup.

Vi er med til at udvikle lokalområdet sammen med andre og dermed få sat gang i lokale kræfter.

Centerrådet har nu haft den glæde og fornøjelse at på bedste vis at lede og fordele den store skare af frivillige som summer i huset.

Vi, Lars, Hans og Frank er villige til at fortsætte med det store og ansvarsfulde job.

Vi håber, at alle føler sig velkomne på Folkehuset Lystrup.

Husk. Vi er til for jer.

Vi håber at alle frivillige møder op på denne vigtige dag.

Der serveres kaffe med brød.

Tilmelding nødvendigt på opslagstavlen uden for Cafeen, senest mandag d. 23. februar.

Med venlig hilsen

Centerrådet i Folkehuset Lystrup.

FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen
CAFÉENS VENNER



i Caféen

**Torsdag den
12. marts
kl. 18:00**



Menu:

**Sønderskovhus gryde med mos og tilbehør,
kaffe og småkager i pausen**

Diverse drikkevarer kan købes i baren

PRIS: 150,- kr.

All Of Us spiller country-inspireret musik med Bettina, Maria og Anja i front på 1-2-3-stemmige vokaler. De følges godt på vej af Anders på bas, Jan på trommer og Peter på guitar.

"Country-inspireret musik" betyder, at vi både spiller kendte numre fra store stjerner som Dolly Parton, Johnny Cash og Shania Twain. Men også dejlig musik af "mindre" kendte kunstnere som Norah Jones, Pistol Annies, Vince Gill og danske Cowgirls.

**Billetter kan købes i Caféen fra onsdag
den 25. februar kl. 10:00 og frem til dagen før**



Nytårskoncerten 2026

8. Januar blev den årlige Nytårskoncert med Salonorkestret afholdt.

Med 68 solgte billetter, er det af de mest populære arrangementer i Caféens Venner.

Stemningen var igen høj, og vi fik alle de dejlige melodier der hører nytåret til.

Cafeen havde lavet dejlig kransekage stykker og vi fik champagne til.

Tak til Salonorkestret, til de frivillige og til personalet i Caféen.





Nytårskoncerten 2026





Nyt Havebord

Nyt Havebord – Flere siddepladser til terrassen

Vi har nu fået et nyt havebord på terrassen, takket være en indsats fra Lars Søgaard. Han har fået kommunen til at donere et ekstra havebord samt seks stole, som er placeret ved lokalerne B og C.

De nye møbler kom i samlesæt, men Lars var hurtig til at tage fat og samle både bord og stole, så de kunne blive klar til brug. Han sørgede også for at få dem placeret på den rette plads.

Med det nye tilskud har vi nu plads til 24 personer på terrassen – perfekt til fællesarrangementer og hyggestunder ude i det fri, når vejret nu igen tillader det.

En tak til Lars Søgaard og kommunen for at hjælpe os med at forbedre vores udeareal.
Hans



FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen

DAMEFROKOST

Tirsdag den 24. februar kl. 13:00



Menu:

**Kartoffeltærte m/Bacon, Tatarsovs og Grøn Salat.
Kaffe og Fastelavnsbolle.**

Pris.: 90,- kr.

betales kontant ved fremmøde.

(Mød meget gerne frem med aftalte penge!)

Damefrokost er for alle damer, der har lyst til at være med.

Tilmelding på opslagstavlen i caféen.

**Vi beder jer venligst først møde op kl. 12.30
af hensyn til caféens øvrige gæster.**

**Afbud senest dagen før på 28 15 93 55
ellers er tilmelding bindende.**



Damefrokosten 25. nov. 2025



DAMEFROKOST

75 glade damer var mødt op til en dejlig julefrokost, med dejlig mod og risalamande. Der var mandelgave til hvert bord.

Det var en rigtig god dag og stemningen var i top.

Frank og Aage spillede til de sange og julesange der var trykt på det omdelte sanghæfte.

Ud over musik til sangene, spillede de også hyggemusik til maden.

Vi vil gerne takke for den store opbakning, og den rigtig gode og hyggelige stemning.

Stor tak til personalet i Caféen for jeres dejlige mad og gode samarbejde.

Tak til alle for et godt fremmøde i 2025. Vi glæder os til at se jer alle i 2026.

Annette, Else, Inge, Kirsten og Vibeke





Menuplan



Folkehuset Lystrup

Sønderskovhus Caféen



ÅBNINGSTIDER: Mandag til fredag: 07:00—14:00

TELEFON: 87 13 89 55

CAFÉMENU

FOLKEHUSET LYSTRUP

Februar

Ma	2	Stegt kalvelever med bløde løg, sauce og hjemmesyltede rødbeder
Ti	3	Frikadeller med sauce, kartofler og rødbeder
On	4	Chili/vanilje-marineret skinke med flødekartofler og vintersalat
To	5	Gammeldags kylling med persille, kartofler og agurkesalat
Fr	6	Brunkål med flæsk og sennep
Lø/Sø		Lukket
Ma	9	Fylدت fisk med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost
Ti	10	Græsk farsbrød med paprikasauce, kartofler og rosenkål salat
On	11	Vinter simregryde med bagt mos og asier
To	12	Kalkun Cordon Bleu med bearnaisesauce, kartofler og vintersalat
Fr	13	Medister med stuvet vinterkål og smørdampet gulerod
Lø/Sø		Lukket

Lø/Sø		Lukket
Ma	16	Lasagne med oksekød, årstidens grønt og hjemmebagt brød
Ti	17	Selleribøf med stuvet spinat og ovnbagte rodfrugter
On	18	Paneret kotelet med paprikasauce, kartofler og grønkålssalat
To	19	Kyllingefrikadeller med sauce, ovnkartofler og rosenkålssalat
Fr	20	Farseret porre med sauce, kartofler og gemyse
Lø/Sø		Lukket
Ma	23	Fiskefrikadeller med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost
Ti	24	Biksemad med sauce, og rødbeder
On	25	Honningmarineret skinke med flødekartofler og kålsalat
To	26	Forloren hare med vildtsauce, kartofler og tyttebær
Fr	27	Hamburgerryg med lys sauce, kartofler og smørdampede gulerødder
Lø/Sø		Lukket

Ret til ændringer forbeholdes

Caféen - Folkehuset Lystrup

Lystrup Centervej 78, 8520 Lystrup

Telefon: 87 13 89 55



VELKOMMEN I FOLKEHUSET LYSTRUP SØNDERSKOVHUS CAFÉEN

Her kan du mødes med andre og nyde en kop kaffe, en hyggelig frokost, en hjemmebagt kage eller købe et måltid med hjem.

MORGENMAD

1 skive rugbrød med smør	7 kr.
1 skive franskbrød med smør	7 kr.
1 skive rugbrød	5 kr.
1 skive franskbrød	5 kr.
Bolle	8 kr.
Smør brik	6 kr.
Ost pr. skive	7 kr.
Pålæg pr. skive	7 kr.
Marmalede brik	6 kr.
Smøreost	6 kr.

MIDDAGS- OG FROKOSTRETTER

Dagens middag	58 kr.
Dessert	27 kr.
Dagens frokostret (fra)	40 kr.
Salat pr. 100 g	14 kr.

SANDWICH OG SMØRREBRØD

Sandwich/burgerbolle med pålæg	40 kr.
Smørrebrød (2 stk. pålæg)	23 kr.
Luksus smørrebrød (4 stk. pålæg)	36 kr.
Franskbrød (2 stk. pålæg/ost)	31 kr.

KAFFE OG KAGE

Kaffe, lille	8 kr.
Kaffe, stor	12 kr.
1 kande kaffe/te	34 kr.
Flødekage	25 kr.
100 g småkager	22 kr.

BRØD OG KAGE

1 franskbrød	29 kr.
1 franskbrød, surdej	28 kr.
100 g småkager	22 kr.

DRIKKEVARER

Alm. øl	13 kr.
Sodavand 0,33 cl.	17 kr.
Sodavand 0,50 cl.	25 kr.
Rødvin/hvidvin 75 cl.	112 kr.
Rødvin/hvidvin 25 cl.	45 kr.
Vin pr. glas	28 kr.
Snaps 35 cl.	140 kr.
Snaps pr. glas 2 cl.	23 kr.
Kildevand	12 kr.

TAKE AWAY

Spørg i Caféen hvad de tilbyder af forskellige middagsretter, bagværk og andre gode sager



ÅBNINGSTIDER:

Mandag - fredag

7:00 - 14:00

Tlf. 87 13 89 55

Mød os på

facebook

Sønderskovhus cafeen

Prislisten forefindes i Caféen

Gælder for Folkehusene i Aarhus

1. januar 2026

FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen
CAFÉENS VENNER



Torsdag den 11. marts kl. 15:00

Diverse drikkevarer kan købes i baren

En musikalsk rejse gennem Europa.

Tag med på en rejse gennem Europas musiktraditioner sammen med musikere fra Aarhus Symfoniorkester – fra Wiens elegante saloner til de livlige dansegulve i København. Programmet byder på velkendte og lette klassiske stykker, hvor man roligt kan læne sig tilbage og nyde musikken. Undervejs fortæller musikerne lidt om værkerne – små glimt af baggrund, historier og anekdoter, der giver musikken liv og gør oplevelsen nærværende og uhøjtidelig. Rejsen begynder i Wien med Mozarts ”Eine kleine Nachtmusik”, som med sit lyse og klare udtryk blev et kendetegn for den wienerklassiske stil. Rejsen tager os videre gennem Europa med udvalgte stykker, der hver især har deres egen klang og historie. Koncerten rundes af med Jacob Gades ”Tango Jalousie”.

Glæd dig til en eftermiddagskoncert i Folkehuset Lystrup med god stemning og musik, hvor alle kan være med.

Tilmelding på listen ved Caféen frem til dagen før
OBS! Der er kun plads til 60 gæster!
(de 60 første på listen)



Samtale Cafe på Folkehuset i Lystrup

Velkommen til Samtale Cafe - et hyggeligt og uforpligtende møde, hvor vi bliver klogere på hinanden og livet gennem samtaler og debatter.

Det kræver hverken forberedelse eller en samtalemakker at deltage i en samtalecafe – men du er meget velkommen til at tage en ven med under armen.

Folkehuset sørger for kaffe/te og en småkage. Simon fra Biblioteket sørger for oplæg vi kan snakke ud fra. Der bliver taget tre dagsaktuelle artikler med, som vil være det som samtalen tager udgangspunkt i.

Vi glæder os til at se dig til en spændende samtale om nogle af de emner, der brænder på lige nu.

Sted: Folkehuset, mødelokale C

Tid: 4. marts kl. 10.00 – 12.00

18. marts kl. 10.00 – 12.00



Digital tryghed

14. Januar havde vi besøg fra Østjyllands Politi. De gav et spændende foredrag om IT sikkerhed for specielt ældre borgere.

Vi havde en meget dygtig IT politimand som fortalte om dette store emne, der var alt udsolgt og vi havde en dejlig eftermiddag med kaffe og kage.

John Duelund





Digital tryghed

Gode råd



- Gode råd:
- Opgiv/send ikke personnummer eller adgangskoder.
- Log ikke ind med MitID på tvivlsomme links.
- Opgiv ikke bankoplysninger på links, telefon, mail eller SMS.
- Vær kritisk hvis nummeret er udenlandsk eller hemmeligt.
- Ved tvivl, læg på og ting selv myndigheden/virksomheden op.
- Hold øje med afsender i mail og SMS. Kig efter stavfejl, mærkelige formuleringer, noget som haster, henvendelser fra nogen du ikke kender.
- Vær især opmærksom under særlige begivenheder (årsopgørelse, arrangementer, BLACK Friday mm.), på forsøg på svindel.



POLITI





Tøj bilen kommer i Caféen

TØJBILEN V/ JYTTE NYGAARD

NØJE UDVALGT TØJ MED FOKUS PÅ KVALITET OG PASFORM

**SE DE NYE
VARER!**

BLUSER
STRIK
T-SHIRTS
CARDIGANS
TUNIKAER

**PERSONLIG
BETJENING**
Få råd og
vejledning

CISO
M I C H A[®]
SIGNATURE
BRANDTEX
SUNDAY
JENSEN

BUKSER
NEDERDELE
KJOLER
OVERTØJ

LILLE UDVALG AF
HERRETØJ

STR. S-4XL

**ALTID STORT
UDSALGSSTATIV**

BETALING:
KONTANT
MOBILEPAY
DANKORT
OVERFØRSEL
(EFTER AFTALE)

VI MØDES:

Onsdag d. 4. marts
kl. 10.00-13.00 Caféen

jytenygaard@tøj bilen.dk

61 68 97 81



Nye el-busser til Folkehusene

Kære alle brugere af vores busser. Så kom dagen da vi fik udleveret vores fantastiske el- bus fra Aarhus kommune. En rigtig skøn bil som vi håber at få mange dejlige ture med. På vegne af buschaufførerne – John Duelund





Nye el-busser til Folkehusene





Få mere at vide om velfærdsteknologiske hjælpemidler

Arrangement

Tirsdag den 17. februar kl.12.00-14.00

I Caféen på Folkehuset Lystrup

Kom og se udvalgte hjælpemidler og hør nærmere om, hvordan de bruges.

Hjælpemidler og velfærdsteknologi kan være med til at øge selvstændigheden, friheden og livskvaliteten

I dag er der udviklet mange temmelig smarte hjælpemidler, man som senior ikke nødvendigvis ved findes, og det kan godt være en overvindelse at begynde at bruge en øjendryp-brille, kartonåbner eller strømpepåtager. Men det kan gøre dagligdagen meget nemmere, og det vil de frivillige fortælle om, senior-til-senior, ved dette arrangement. Man får også mulighed for at prøve hjælpemidlerne.

Vi håber på at se jer til en hyggelig eftermiddag, hvor brugerrådet også byder på en kop kaffe



Arrangeret af Ældre Sagen i samarbejde med DokkX og Aarhus Kommune.
Evt. yderligere oplysninger fås hos frivilligkoordinator Henriette Grønne, 60 21 00 90



Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup

Akvarel - og akryl gruppen:

Kontaktperson: Elsebeth Bach: 23 32 16 53 bang-bach@mail.tele.dk

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus lokale D, hver onsdag 9:30 til 11:30

Bobspil:

Kontaktperson: Karna Staall: 61 78 81 40

Betty Møller: 51 20 75 40 bettybent@live.dk

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale B, hver onsdag fra 9:30 – 11:30

Damefrokost:

Kontaktpersoner: Else Foged: 28 15 93 55 elsefoged@gmail.com

Annette Rasmussen: 61 77 43 51 anfra@os.dk

Kirsten Bering: 21 40 60 87 hasselhaven87@hotmail.com

Inge Dorete Jarl 20 34 02 86 idjpk37@gmail.com

Vibeke Duelund 29 87 50 17 vibeke@duen.dk

Damefrokosten finder sted den sidste tirsdag i måneden, kl. 13:00 i Folkehuset

Fotoklub:

Kontaktperson: Peder H Kristensen: 29 24 23 15 phisk@phisk.dk

Karsten Thorlund: 20 28 23 37 karsten@thorlund.org

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus, hver anden fredag i ulige uger 10 -12

Gåtursgruppen og stavgang:

Kontaktperson: Jytte Hjorth 22 98 82 75 Jytte@naxias.dk

Gruppen mødes hver tirsdag 10:00, uden for hovedindgangen til Lystrup Folkehus.

Herrefrokost:

Kontaktpersoner: Kristian Jacobsen: 20 82 60 55 Kristian@ellehoejen.dk

Henning Hansen: 40 36 11 35 Hah.priv@mail.dk

Jens Laursen: 61 79 73 48 jenslaursen48@yahoo.dk

Herrefrokosten finder sted den sidste torsdag i måneden, kl. 13:00 i Folkehuset.

Kreativitetsgruppen:

Kontaktperson: Jytte Hjorth 22 98 82 75 Jytte@naxias.dk

Gruppen mødes i lokale D i Lystrup Folkehus, hver tirsdag 13:00 til 16:00.

Kunstgruppen:

Kontaktperson: Jette Sørensen, 24 48 86 55 Jette@bruunweb.dk

Kvindegruppe 1 - Morgenfruerne:

Kontaktperson: Berthe Sørensen, 51 92 27 60 berthe@privat.dk

Kvindegruppe 2 - Kulturperlerne:

Kontaktperson: Susanne Ryom: 23 29 77 79 Susanne1304@me.com

Gruppen mødes den anden tirsdag i hver måned, juli og august undtaget.



Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup

Kvindegruppe 3 - Anemonerne:

Kontaktperson: Lisa Friberg: 53 58 59 27 lisa-af@email.dk

Gruppen mødes i hver 4. uge året rundt måned, juli og december undtaget.

Kvindegruppe 4 - Nymferne:

Kontaktperson: Helle Klopp Hansen: 29 20 95 56

klopphansen@hotmail.com Gruppen mødes den første onsdag i hver måned fra kl. 12:00 til ca. 16:00.

Kvindegruppe 5 - Valmuerne:

Kontaktperson: Annette Mølgaard: 30 25 06 57 a.moelgaard@hotmail.com

Vi mødes kl. 10:00 den første tirsdag i hver måned.

Lystrupgutterne:

Kontaktperson: Frank Rasmussen 61 78 43 51 anfra@os.dk

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale B, den første fredag i hver måned 12:00 til spisning eller 12:30, hvis man ikke ønsker at spise med.

Sang og Musik på tværs:

Kontaktperson: Kirsten Møller: 51 29 70 13 kirsten@ellehoejen.dk

Inger Pedersen: 25 15 44 28 ipbirkehaven@gmail.com

Sang og musik på tværs foregår i Cafeen i Lystrup Folkehus, hver anden mandag i ulige uger 14:00 - 16:00.

Selv Træner Fitness:

Kontaktperson og Fitnessinstruktør:

Bestyrelsesmedlem Helga Johansen: 21 93 92 15 helgajohs@live.dk

Bestyrelsesmedlem Gunnar Bjerglund: 40 27 40 52 gunnar@bjerglund.com

Strikke Cafe:

Kontaktperson:

Karen Lindegaard: 24 64 75 40 karenmlindegaard@gmail.com

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale D, hver mandag fra 14 til 16.

Spil Whist igen:

Kontaktperson: Anette Skipper: 20 20 79 63 anetteskipper@hotmail.com

Man mødes kl. 14:00 hver anden tirsdag i ulige uger i Folkehusets Lystrup lokale C.

Trave Gruppen:

Kontaktperson: Vibeke Stendal: 23 67 08 76 vibeke888@gmail.com

Gruppen mødes hver onsdag 10:00, uden for hovedindgangen til Lystrup Folkehus



Kontakt personer i Folkehuset Lystrup

Frivilligkonsulent:

Marianne Keiser 24 78 29 10 mak@aarhus.dk

Brugerrådet Folkehuset Lystrup:

Formand for rådet:

Lars Søgaard 26 51 13 33 lars_susanne@webspeed.dk

Kasserer:

Hans Gissel 40 14 34 14 hans.gissel@post.tele.dk

Medlem:

Frank Rasmussen 61 78 43 51 anfra@os.dk

Avisen Sønderskovhus Nyt:

Aage Jarl Jensen 20 34 08 94 aagejarl@gmail.com

Bent Rise 29 33 72 87 bentrise@icloud.com

Besøgstjenesten Koordinatorer:

Ester Bork Sørensen 22 78 65 55

Solvejg Østergaard 23 34 81 53

Booking bus:

John Berg Olesen 22 94 80 28

John Duelund 61 72 50 17

Caféens venner:

Aage Jarl Jensen 20 34 08 94 aagejarl@gmail.com

Flaghejsning:

John Berg Olesen 22 94 80 28

Fredagsklub for plejeafd.:

Helga Johansen 21 93 92 15 helgajohs@live.dk

Gudstjeneste - En onsdag i hver måned:

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com

Lokalebooking:

Birgitte Jørgensen 20 78 19 17 joebir@aarhus.dk

Træffes mandag, tirsdag, onsdag, torsdag og fredag kl. 08:30—11:30

Stolegymnastik for plejeafdeling:

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com



Nyttige oplysninger

Telefonlinjen Pleje og Rehabilitering Distrikt Nord

(hjemmeplejen) Hverdage 08:00-12:00 87 13 13 13

Hovednummer til Sundhed & Omsorgslinjen:

Hverdage 08:00 –12:00 24 59 46 32

Hverdage 10:00-15:00 87 13 16 00

Hjemmeside: aarhus.dk (Sundhed og Omsorg)

Administrativ leder Distrikt Nord:

Trine Holst 22 38 87 59 trihol@aarhus.dk

Bolig administration:

Mandag-onsdag 09:00-12:00

Fredag 09:30-12:00 89 40 66 44

Døgnpleje via Brandstation (Akut hjælp):

Weekend og helligdage

15:00-08:00 86 12 10 21

Sundhedsenheder:

Weekend og helligdage

15:00-08:00 86 76 77 21

Forebyggelses Konsulent:

Lina Engen 87 13 31 63 lin@aarhus.dk

Sundhedsklinik Sønderskovhus: (Kun efter aftale)

Tidsbestilling hverdage 08:00-12:00 24 59 46 32

Forstander Plejehjem Sønderskovhus:

Tina Fangel 41 87 39 84

Pedel, Teknisk service:

Peter Søby petsoe@aarhus.dk

Er du 58 eller derover og på vej ind i en ny livsfase?

Så kan du lokalt i Lystrup får seniorvejledning med vores lokale vejleder Fritse Zinner på tlf.: 24 27 23 11



Gudstjenester



Gudstjeneste på Sønderskovhus i foråret 2026:

Onsdag den 11 februar kl.10.30 v Lene Dahl-Hansen

Onsdag den 13 maj kl.10.30 v/ Lene Dahl-Hansen

Gudstjenesten foregår i lokale D på Sønderskovhus

Nærværgudstjeneste i Lystrup Kirke:

Onsdag den 18 februar kl.11.00 v/ Iben V. Nordestgaard

Onsdag den 8 april kl. 11.00 v/ Hans Boas

Onsdag den 3 juni kl. 11.00 v/ Iben V. Nordestgaard

Årstadssang i dagligstuen i Skovhuset:

Forårssang

Onsdag den 4 marts kl.10.30 v/Loa Christensen

Sommersang

Onsdag den 24 juni kl.10.30 v/ Lene Dahl-Hansen

Pårørende er meget velkomne til at deltage

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com



Bagsiden

SANG OG MUSIK PÅ TVÆRS



Kontaktpersoner:

Kirsten Møller: 51 29 70 13

Inger Pedersen: 25 15 44 28

Mandag 09. feb. Kl. 14-16:00	uge 7
Mandag 23. feb. Kl. 14-16:00	uge 9
Mandag 09. mar. Kl. 14-16:00	uge 11
Mandag 23. mar. Kl. 14-16:00	uge 13
Mandag 20. apr. Kl. 14-16:00	uge 17
Mandag 04. maj Kl. 14-16:00	uge 19
Mandag 18. maj Kl. 14-16:00	uge 21

SPIL WHIST IGEN – FOLKEHUSET LYSTRUP



**Vi spiller tirsdage i ulige uger
kl. 14:00 til ca. 16:00**

HUMØRKLUBBEN

**Alle er velkommen til en god snak,
over en kop kaffe hos:**

**Susanne, Lystrup Centervej 36.
Tag dit gode humør med, og gå hjem
med et endnu bedre!**

Hver torsdag kl. 15:00 – 16:30

INFO: Susanne 57 70 54 09